

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN *SLOW DEEP BREATHING*
TERHADAP TINGKAT ANSIETAS PADA PASIEN PRE
OPERASI PEMASANGAN *CENTRAL DOUBLE*
LUMEN (CDL) DI RSPAL DR. RAMELAN
SURABAYA**



Oleh:

**MOHAMAD EDO KURNIAWAN
202507005**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
PROGRAM SARJANA FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI
MOJOKERTO
2026**

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mohamad Edo Kurniawan
NIM : 202507005
Prodi : S1 KEPERAWATAN
Fakultas : FIKES
Judul : Efektivitas Pemberian Slow Deep Breathing Terhadap Tingkat Ansietas Pada Pasien Pre Operasi Pemasangan Central Double Lumen (CDL) di RSPAL dr Ramelan Surabaya

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun, dan apabila terbukti ada unsur Plagiarisme saya siap untuk dibatalkan kelulusannya.

Mojokerto, 8/26/2026



Mohamad Edo Kurniawan
202507005

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk diajukan dalam Ujian Akhir Program

Judul : Efektivitas Pemberian *Slow Deep Breathing* Terhadap Tingkat
Ansietas Pada Pasien Pre Operasi Pemasangan Double Lumen
(CDL) Di RSPAL Dr. Ramelan Surabaya

Nama : Mohamad Edo Kurniawan

NIM : 202507005

Program Studi : S1 Keperawatan

Pada Tanggal : 18 Agustus 2026

Oleh:

Pembimbing I

Emyk Windartik, S. Kep., Ns., M. Kes.
NIK. 162 601 102

Pembimbing II

Ima Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Si.
NIK. 162 601 029



Yayasan Kesejahteraan Warga Perawatan Perawat Nasional Indonesia

UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FAKULTAS EKONOMI BISNIS & TEKNOLOGI DIGITAL

• <http://www.ubs-ppni.ac.id>
• info@ubs-ppni.ac.id

• 0321-390203 (Fax) / Call Center : 08113281223
• Jln. Raya Jabon KM.06 Mojoanyar Mojokerto

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : MOHAMAD EDO KURNIAWAN
NIM : 202507005
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Pada Tanggal : 26 Agustus 2026
Judul Skripsi : "Efektivitas pemberian Slow Deep Breathing Terhadap Tingkat Ansietas Pada Pasien Pre Operasi Pemasangan Central Double Lumen (CDL) di RSPAL dr Ramelan surabaya"

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dosen Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

DOSEN PENGUJI

Penguji Utama : Enny Virda Y., S.Kep.Ns.,M.Kes (.....)
Penguji 1 : Emyk Windartik, S.Kep.Ns.,M.Kes (.....)
Penguji 2 : Ima Rahmawati, M.Si., M.Kep. (.....)

Ditetapkan di : Mojokerto

Tanggal : 26 Agustus 2026

Ka. Prodi Ilmu Keperawatan

Enny Virda Y., S.Kep.Ns.,M.Kes

NIK : 162.601.095

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Efektivitas Pemberian *Slow Deep Breathing* Terhadap Tingkat Ansietas pada Pasien Pre Operasi Pemasangan *Central Double Lumen* (CDL) di RSPAL dr. Ramelan Surabaya”. Selesainya penulisan skripsi ini adalah berkat bantuan, dukungan, serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati tulus kepada:

1. Dr. Indah Lestari, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Rektor Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menempuh pendidikan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
2. Dr. Lilik Ma'rifatul Azizah, S.Kep., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
3. Enny Virda Yuniarti, S.Kep., Ns., M.Kes selaku Ka.Prodi S1 Keperawatan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah memberikan dorongan untuk menyelesaikan pendidikan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
4. Emyk Windartik, S. Kep., Ns., M. Kes., selaku Pembimbing I yang telah sabar meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan bimbingan kepada penulis.
5. Ima Rahmawati, S.Kep., Ns., M.Si., selaku Pembimbing II yang senantiasa memberikan saran, motivasi, dan masukan berharga.
6. Kepala RSPAL dr. Ramelan Surabaya yang telah memberikan izin dan fasilitas kepada penulis untuk melaksanakan studi pendahuluan dan kelak untuk pelaksanaan penelitian.
7. Segenap dosen dan staf karyawan Universitas Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto yang telah membekali ilmu pengetahuan serta membantu terselesaikannya pembelajaran.

8. Kedua orang tua tercinta beserta seluruh keluarga besar yang tidak pernah lelah memberikan doa yang tulus, semangat, kasih sayang, serta dukungan baik secara moral maupun material selama proses perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini.
9. Sahabat dan rekan-rekan seperjuangan mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Angkatan 2025 Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto atas segala bantuan, diskusi, kebersamaan, dan motivasi yang senantiasa diberikan.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dikarenakan keterbatasan pengetahuan, pengalaman, serta waktu yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan skripsi ini di masa mendatang.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat yang nyata bagi perkembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam penerapan terapi komplementer aromaterapi peppermint untuk mengatasi mual muntah pasca operasi, serta dapat menjadi referensi yang berguna bagi para pembaca dan institusi pelayanan kesehatan.

Mojokerto, 18 Agustus 2026



Mohamad Edo Kurniawan

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Kecerdasan tanpa empati hanya akan menghasilkan kesombongan, sementara empati tanpa kecerdasan hanya akan membawa keraguan. Hiduplah dengan kaki yang tetap membumi namun pikiran yang terus mengejar langit, agar setiap langkah yang kita ambil selalu didasari oleh pengetahuan yang luas dan hati yang penuh kerendahan.”

PERSEMBAHAN

Rasa syukur kami kehadiran Allah SWT dan sholawat kepada Rosulullah SAW, akhirnya kami persembahkan Skripsi ini kepada:

1. Kedua orang tua yang selalu mendoakan dan mendukung setiap langkah saya untuk mendapatkan cita-cita saya.
2. Keluarga besar yang selalu memberikan dorongan moral dalam setiap langkah saya.
3. Kekasih hati Aprilia Rizkiana, yang telah senantiasa kebersamaan dengan kesabaran, dukungan moral, materil, serta menjadi sumber ketenangan disetiap lelah dan penat dalam penyusunan skripsi ini.
4. Almamater tercinta, Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DALAM	i
SURAT PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan	5
1.4 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 <i>Cental Double Lumen</i> (CDL).....	8
2.2 <i>Slow Deep Breathing</i>	11
2.3 Ansietas	14
2.4 Kerangka Konseptual	33
2.5 Hipotesis.....	34
BAB III METODE PENELITIAN.....	35
3.1 Desain/ Rancangan Penelitian.....	35
3.2 Populasi, Sampling dan Sampel.....	35
3.3 Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Operasional.....	38

3.4	Prosedur Penelitian.....	41
3.5	Kerangka Kerja	43
3.6	Pengumpulan Data	44
3.7	Pengolahan Data.....	49
3.8	Etika Penelitian	52
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		54
4.1	Hasil Penelitian	54
4.2	Pembahasan.....	59
BAB V PENUTUP.....		67
5.1	Kesimpulan	67
5.2	Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA		70
LAMPIRAN.....		72



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1	SOP Tindakan Slow Deep Breathing	13
Tabel 2. 2	Skala Penilaian (Scoring) Kuesioner HARS	25
Tabel 2. 3	Aspek Penilaian Kuesioner HARS	26
Tabel 2. 4	Tinjauan Jurnal Keperawatan	30
Tabel 3. 1	Definisi Operasional	40
Tabel 3. 2	Aspek yang dinilai pada kuesioner HARS	45
Tabel 3. 3	Standar Operasional Prosedur (SOP)	46
Tabel 4. 1	Karakteristik Responden	56
Tabel 4. 2	Tingkat Ansietas Pre-Post Intervensi	56
Tabel 4. 4	Hasil Wilcoxon Sign Rank test	58
Tabel 4. 5	Hasil Analisis Tingkat Ansietas pada Pasien Pre Operasi Pemasangan CDL Sebelum dan Sesudah diberikan Terapi Slow Deep Breathing	58



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	32
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep Penelitian	33
Gambar 3. 1 Rancangan Penelitian	35
Gambar 3. 2 Kerangka Kerja Penelitian	43



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Time Schedule	72
Lampiran 2 Surat Persetujuan komite	73
Lampiran 3 Kuesioner HARS (Hamilton Anxiety Rating Scale)	74
Lampiran 4 SOP Tindakan Slow Deep Breathing	77
Lampiran 5 Hasil Output SPSS Karakteristik Responden	80
Lampiran 6 Hasil Analisa Uji Univariat	81
Lampiran 7 Hasil Analisa Uji Bivariat.....	83
Lampiran 8 SPSS	84
Lampiran 9 RAW Data Penelitian	85
Lampiran 10 Lembar Pengajuan Judul Skripsi	87
Lampiran 11 Lembar Bimbingan Proposal Skripsi.....	87
Lampiran 12 Lembar Bimbingan Skripsi.....	91



DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH

Singkatan:

SDB	: <i>Slow Deep Breathing</i> (Relaksasi napas dalam)
CDL	: <i>Central Double Lumen</i> (Alat hemodialisis jangka pendek)
HARS	: <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i> (Alat ukur tingkat ansietas)
HPA	: <i>Hypothalamic-Pituitary-Adrenal</i> (Sistem endokrin yang mengatur kadar hormon dalam darah demi menjaga keseimbangan tubuh)
CRH	: <i>Corticotropin-Releasing Hormone</i> (Hormon yang berfungsi sebagai pemicu utama dalam merespon stress tubuh)
ACTH	: <i>Adenocorticotrophic Hormone</i> (Hormon polipeptida salah satu hormone penting dalam tubuh untuk mengatur respon stress, metabolisme, dan tekanan darah tubuh)
SOP	: Standar Operasional Prosedur
RSPAL	: Rumah Sakit Pusat Angkatan Laut

Lambang:

%	: Persentase
<	: Kurang dari
>	: Lebih dari
<i>n</i>	: Jumlah sampel
<i>p-value</i>	: <i>Probability value</i> (Nilai signifikansi)
α	: <i>Alpa</i> (Derajat kemaknaan)

Istilah:

<i>Pre-test</i>	: Pengukuran sebelum diberikan perlakuan (intervensi)
<i>Post-test</i>	: Pengukuran setelah diberikan perlakuan (intervensi)
Inklusi	: Karakteristik umum subjek penelitian pada suatu populasi target
Eksklusi	: Karakteristik subjek yang tidak boleh diikuti dalam penelitian
<i>Informed Consent</i>	: Lembar persetujuan pasien untuk menjadi responden penelitian
<i>Beneficence</i>	: Prinsip etik yang menekankan pada pemberian manfaat
<i>Anonymity</i>	: Prinsip etik dengan merahasiakan/tidak mencantumkan nama responden

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina. 2025. "Standar Operasional Prosedur (SOP) Teknik Relaksasi Slow Deep Breathing." *Standar Operasional Prosedur (SOP) Teknik Relaksasi Slow Deep Breathing*: 117–22.
- Agustina Suryanah, Aznan Khair, Ahmad Mustopa. 2024. "Efektivitas Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Skala Cemas Pada Pasien Pre Operasi." *SEMNAS* 7: 20–26.
- Ari Agus Romadhoni. 2024. "Analisis Asuhan Keperawatan Ansietas Dalam Penerapan Teknik Relaksasi Benso Pada Pasien Pre Operasi Insersi Catheter Double Lumen (CDL) Di Ruang Premidikasi Ok Central Rspal Dr.Ramelan Surabaya." (CDI).
- Aslamiah, Khairul et al. 2023. "The Effect of Slow Deep Breathing Technique on Anxiety During 1." 3(June): 6–11.
- Atvennia, Maria, Ice Rakizahsyafrie, dan Hengki Tranado. 2025. "The Effect of Deep Breathing Relaxation on Reducing Anxiety in Pre- Operative Patients at RSUD Rejang Lebong Regency in 2025." *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)* 5(2): 795–802.
- Dinilhaq, Nur Afni, Yona Amelia, Adelia Arini, dan Rully Hidayatullah. 2025. "Populasi dan Sampel dalam Penelitian Pendidikan : Memahami Perbedaan , Implikasi , dan Strategi Pemilihan yang Tepat." *Katalis Pendidikan : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Matematika* 2 Nomor. 2(e-ISSN : 3046-5699; p-ISSN : 3046-6156): 208–18.
- Hasbi, Hariyoga et al. 2022. "Pengaruh Pemberian Terapi Rileksasi Napas Dalam Untuk Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operasi di Instalasi Bedah Sentral." *Literatur Review*.
- Herminalina, Dina, dan Nuril Huda. 2024. "Memahami Populasi dan Sampel : Pilar Utama dalam Penelitian Kuantitatif." 5(12): 5937–48.
- Ike Nurjana Tamrin, Syamsir. 2023. "The Effect Of Slow Deep Breathing On Anxiety Management In Post Of Appendectomy Patients At Sleman Hospital." XVIII(1).
- Ilma, Zidha, dan Siti Aisah. 2024. "Penerapan Slow Deep Breathing Untuk Menurunkan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi."
- Intan Rizki Dwi Saputri, Tri Johan Agus Yuswanto, Dyah widodo. 2022. "Efektivitas Guided Imagery, Slow Deep Breathing Dan Aromaterapi Mawar Terhadap Kecemasan Pasien Pre Operasi." *Jurnal Vokasi Kesehatan* ISSN 2442-: 1–9.

- Irwandi, Lalu. 2020. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Kecemasan Pada Pasien PreOperatif Di Intalasi Bedah Rumah Sakit Umum Daerah Kwaingga Kabupaten Keerom." : 105.
- Kadek, Ni, Indryawati Putri, dan Dimas Sondang Irawan. 2025. "Hamilton Anxiety Rating Scale Untuk Mengetahui Gangguan Kecemasan Pada Lansia Di Puskesmas Mulyorejo , Kota Malang." 1(8): 331–35.
- Kaptini. 2025. "Pengaruh Penerapan Teknik Deep Breathhing Exercise Terhadap Penurunan Kecemasan Pasien Preoperative di Kamar Bedah RS AL Irsyad surabaya." : 1–15.
- Luo, Qian et al. 2025. "The effect of slow breathing in regulating anxiety." : 1–10.
- Masturoh & Anggita. 2018. "Metodologi Penelitian Kesehatan." *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*: 307.
- Mohamad Malikul Mulki, Ta'adi, Lanny Sunarjo. 2020. "International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS) Effectiveness of Deep Breath Relaxation Techniques and Music Therapy on Reducing Anxiety Level among Pre-operative Patients." *International Journal Of Nursing and Health Services (IJNHS)* 4(1): 59–65.
- Muhtadini, Ruqi, dan Ryan Hara Permana. 2024. "Slow Deep Breathing in Patients Following Double Lumen Catheter Insertion Experiencing Acute Pain Nursing Problems : A Case Report." 7(1): 71–76.
- Rudi Hamarno, Taufan Arif, Devi Ayu Oktavia, Supono. 2024. "Manfaat Teknik Relaksasi Napas Dalam Untuk Menurunkan Kecemasan Pasien Pre Operasi General Anestesi." *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 9(3): 181–86.
- Saragih, Helinida, Imelda Derang, Friska Sembiring, dan Resdiadur Bintang Sitohang. 2025. "The Relationship of Nurse Therapeutic Communication with Anxiety Level in Preoperative Patients at Santa Elisabeth Hospital Medan." 3(November).
- Sinta Fresia, Harwina Widya Astuti, Nur Afni Wulandari, Dinda Amelia, Dharul Triwijaya. 2024. "Peningkatan Kesehatan Melalui Penyuluhan Kesehatan Tentang Pencegahan Infeksi Pasca Pemasangan Chateter Double Lumen (CDL) Pada Keluarga." 1(2): 50–54.
- Susanto, Primadi Candra, Dewi Ulfah Arini, Lily Yuntina, dan Josua Panatap. 2024. "Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi , Sampel , dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka)." *Jurnal Ilmu Multidisiplin (JIM)* 3(1): 1–12.
- Zahroh R. & Maslahatul. 2017. "Pengaruh Slow Deep Breathing Terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan Pasien Pre Operasi Sectio Caesarea (Effect Of Slow Deep Breathing To Decrease Rate Leather Patients Pre Operations." *Jurnal Nes LENTERA* 5(2): 116–24.